ISSN : 2685-9092 Vol. 4 No.1 (Mei, 2021)
Relationship Between Self-Control and Academic Procrastination During The Covid-19 Pandemic in Psychology Students Muhammadiyah University Bandung

Raka Atarek Haekal, Riyanda Utari, Nurlaela Hamidah

Program Studi Psikologi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Bandung

Email: psikologi@umbandung.ac.id

ABSTRACT

The COVID 19 pandemic has raised various problems in the economic, health, social sectors, especially education which have forced the teaching and learning process to be carried out online or distance learning. This triggers various problems in the academic world, one of which is academic procrastination behaviour encountered in students such as delaying doing and completing assignments. Although distance learning is carried out in their respective homes, in fact not all students are able to properly regulate and control their behaviour such as dividing time for things they like and doing academic activities. The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and academic procrastination during the COVID-19 pandemic in Psychology students at the University of Muhammadiyah Bandung. This research is quantitative research with a correlational research design. The respondents in this study were 125 Psychology students at the University of Muhammadiyah Bandung, class 2017. 2018. 2019 and 2020. The sampling technique used was the probability sampling with proportionate stratified random sampling technique. The measuring instrument used in this study is self-control and procrastination scales. Analysis of research data using the Pearson's Product Moment correlation technique with the help of the SPSS 20.0 program for windows. Based on the calculation results obtained correlation value rxy = -0.711 with sig = 0.000 (p<0.05). This shows that there is a negative and significant relationship between self-control and academic procrastination in the strong correlation categorization. The r^2 *value is 0,506, meaning that the contribution of self-control to academic procrastination is 50,6%, there are 49,4% other factors besides self- control. The level of self-control possessed by Psychology students is low and the level of academic procrastination that is possessed is high.*

Keywords : ***Academic Procrastination, Covid 19 Pandemic, Self-Control***

PENDAHULUAN

Tahun 2020 menjadi tahun yang memaksa perubahan begitu cepat baik dari sektor ekonomi, kesehatan, sosial, terutama pendidikan dari jenjang paling dasar hingga jenjang pendidikan tinggi, hal ini disebabkan oleh munculnya virus COVID 19. Selain sektor kesehatan dan ekonomi, pendidikan menjadi sektor yang penting karena menyangkut keberlangsungan kegiatan belajar para siswa dan mahasiswa oleh karena itu pemerintah Indonesia, melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemdikbud) memberlakukan pembelajaran dalam jaringan (daring) sebagai upaya untuk memperlambat penyebaran COVID 19 serta memastikan aktivitas pembelajaran tetap berlangsung meskipun Pandemi (Wahyono, 2020). Kebijakan ini sesuai dengan keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Nadiem Anwar Makariem, tentang pelaksanaan pendidikan dalam masa darurat COVID 19.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (COVID 19) (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020). Menindaklanjuti hal tersebut, berbagai perguruan tinggi merespon dengan mengeluarkan kebijakan pencegahan penyebaran COVID 19. Salah satunya Universitas Muhammadiyah Bandung sudah mulai menerapkan kebijakan dalam pelaksanaan perkuliahan termasuk praktikum, ujian tengah semester (UTS), ujian akhir semester (UAS), bimbingan skripsi dan / atau tugas akhir dilakukan secara daring sejak pertengahan bulan Maret 2020. (Surat Edaran no. 004/REK/EDR/II.3.AU/H/2020)

Pada proses pelaksanaannya, kegiatan pembelajaran daring juga masih menyisakan berbagai macam problem sebagai efek samping salah satunya Prokrastinasi Akademik (Handoyo & Prabowo, 2020). Prokrastinasi Akademik adalah kecenderungan seseorang untuk meninggalkan, menunda Tuckman (1990) atau menghindari menyelesaikan pekerjaan yang seharusnya dapat ia selesaikan Menurut Salomon dan Rothblum (dalam Amelia dan Hidayat, 2019) yang dimaksud dengan tugas akademik disini ialah tugas dalam membuat laporan, tugas mingguan dalam membaca materi pelajaran, belajar dalam menghadapi ujian, menghadiri kuliah, praktikum atau pertemuan dengan dosen, tugas-tugas administratif (misalnya: membaca papan pengumuman, mengembalikan buku perpustakaan, mengisi absensi) serta tugas akademik secara keseluruhan.

Ada beberapa masalah atau kendala yang ditemui oleh mahasiswa selama melaksanakan perkuliahan secara daring seperti, sulitnya mendapatkan akses jaringan, kondisi rumah yang bising, sulit untuk fokus dalam memahami materi perkuliahan karena fokusnya menjadi terbelah harus membantu orangtua atau menemani adik di rumah, sulit menemukan referensi, sehingga mahasiswa terhambat mengerjakan tugas akademiknya.

Seperti yang dikemukakan oleh tiga responden dari angkatan 2017, 2018, dan 2019 yang diwawancarai pada Sabtu, 13 Februari 2021. Menyatakan bahwa ketika pulang ke kampung halamannya dan melihat kondisi rumahnya yang ramai, teras berisik karena adik – adiknya sedang bermain membuatnya tidak konsentrasi selama pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan saat mengerjakan tugasnya. Dengan alasan tersebut, membuatnya *badmood* dan memilih mengerjakan tugas ketika moodnya bagus saja. Pada saat semester 8, sering berganti-ganti judul dan ketika penelitiannya tidak menemukan referensi juga karena lokasi perpustakaan yang jauh dari kediamannya, merasa dirinya buntu lalu membiarkan skripsinya berminggu-minggu. Juga menyebutkan bahwa merasa ingin menyerah dan kecewa dengan dirinya sendiri karena terus menunda-nunda pengerjaan tugas akademik dikarenakan rasa malasnya. Namun, ada juga yang kebingungan bagaimana caranya agar tidak merasa malas untuk mengerjakan tugas akademiknya. Disebabkan tidak dapat bimbingan dan bertemu dengan dosennya secara langsung sehingga sulit untuk memahami materi, merasa tidak semangat mengerjakan tugas akademiknya. Merasa ketika melaksanakan pembelajaran secara daring, Tidak mendapatkan *feel*nya sehingga menyepelekan waktu. Juga mengatakan bahwa kesulitan dalam memahami materi yang disampaikan oleh dosen. Kesulitan mencari bahan untuk mengerjakan tugas akademiknya, memilih untuk mencari bahannya nanti dan menggunakan waktunya untuk bermain game *mobile* atau game yang lainnya secara daring, mengalihkan waktunya kepada hal yang disenangi seperti bermain keluar rumah bersama temannya, menjalankan hobinya dsb. Saat selesai menjalankan hobinya-pun, tidak langsung mengerjakan tugasnya. hanya mengumpulkan bahan – bahan tugas akademiknya, kemudian mengerjakannya di waktu yang lain dengan harapan dapat mengerjakannya lebih optimal, namun justru sebaliknya karena ketika dikerjakan berdekatan dengan waktu pengumpulan sehingga hasil yang diberikan seadanya saja.

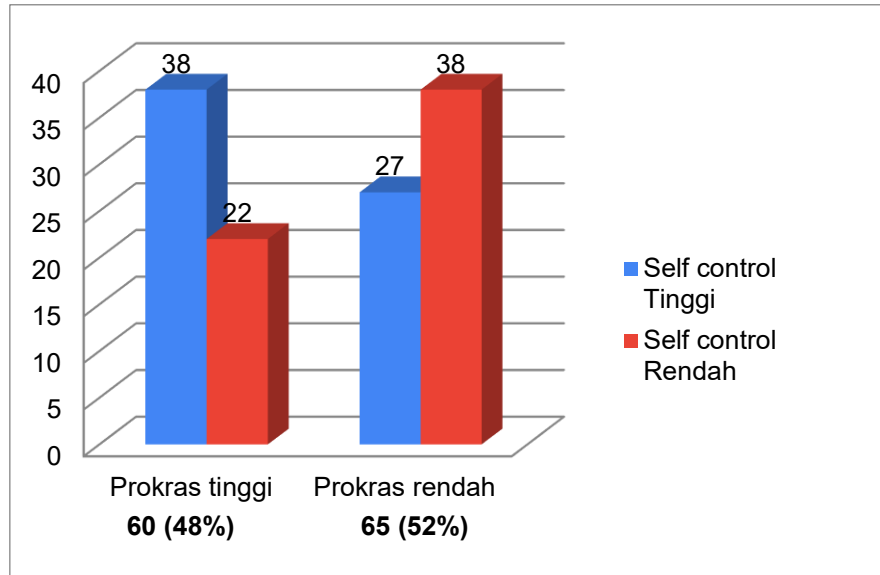
Aini & Mahardayani (2011) menyebutkan beberapa aspek yang dapat mempengaruhi individu mempunyai kecenderungan prokrastinasi, antara lain rendahnya *self-control*, *self consciousness*, *self esteem*, *self efficacy* dan kecemasan sosial. Dalam hasil penelitiannya (Nurlatifah, 2018) menunjukan kontribusi parsial variabel independen terhadap Prokrastinasi Akademik yaitu variabel *Self-Control* sebesar 86.8%, variabel Asertivitas sebesar 86.5%, variabel Hardiness sebesar 35.7%. Maka diantara ketiga variabel tersebut, yang dijadikan fokus pada penelitian ini adalah *Self-Control* karena menunjukan kontribusi paling besar dibandingkan variabel lainnya.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang disebutkan di atas serta hasil penelitian terdahulu, penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut untuk mengetahui apakah ada Hubungan antara *Self-Control* dengan Prokrastinasi Akademik selama pandemi COVID 19 pada mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Bandung.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2010). Dalam metode penelitian kuantitatif peneliti menggunakan desain analisis korelasional, analisis korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Arikunto, 2010). Analisis korelasi yang dipilih untuk melihat hubungan antara variabel X (*Self-Control*) dengan variabel Y (Prokrastinasi Akademik). Adapun

sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa psikologi aktif angkatan 2017-2020 di Universitas Muhammadiyah Bandung. Pada penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan adalah *Non Probabilit y Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*, metode ini menggunakan kriteria yang telah dipilih oleh peneliti dalam memilih sampel.

Pada tabel 1 kategori *self-control* dapat diketahui bahwa dari 125 mahasiswa psikologi yang menjadi sampel, memiliki kecenderungan perilaku *self-control* yang tinggi yaitu sebesar 65 (52%). Sedangkan pada tabel 1 kategori prokrastinasi akademik dapat diketahui bahwa mahasiswa psikologi yang menjadi sampel, memiliki kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang rendah yaitu sebesar 65 (52%). Yang dapat dimuat pada gambar berikut :

Gambar 4. 1 Kategori *Self-Control* dan Prokrastinasi Akademik

Mengacu pada hasil tersebut, maka dapat diketahui mahasiswa psikologi di Universitas Muhamamdiyah Bandung memiliki gambaran perilaku Prokrastinasi yang tinggi yaitu mahasiswa yang melakukan perilaku menunda-nunda tugas akademik sebanyak 60 orang (48%) yang ternyata didominasi oleh mahasiswa psikologi dengan *self-control* tinggi yaitu mahasiswa yang memiliki kemampuan *self control* yang baik sebesar 38 orang dan mahasiswa dengan *self-control* rendah sebanyak 22 orang. Kemudian dari 65 orang (52%) orang mahasiswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah didapatkan data sebanyak 38 orang mahasiswa yang memiliki *self control* rendah dan 27 orang mahasiswa dengan *self control* tinggi

Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Psikologi aktif di Universitas Muhammadiyah Bandung angkatan 2017-2020 sebanyak 446 orang.

Sampel

Menurut (Sugiyono, 2010) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut yang dipercaya dapat mewakili karakteristik populasi secara menyeluruh. Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 2010). Apabila jumlah responden kurang dari 100, sampel diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Sedangkan apabila jumlah responden lebih dari 100, maka pengambilan sampel 10% - 15% atau 20% -25% atau lebih (Arikunto, 2010).
Beberapa alasan pengambilan sampel adalah:

a. Hal ini merujuk pada kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana,
b. Faktor sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya suatu data,
c. Memudahkan peneliti dalam penyebaran angket karena sudah ditentukan jumlahnya.

Berdasarkan pendapat tersebut, maka pengambilan sampel dalam penelitiaan ini adalah 28% dari populasi yang ada, karena jumlah populasi melebihi 100 yaitu 446 mahasiswa aktif program studi psikologi

Universitas Muhammadiyah Bandung angkatan 2017-2020 . Perhitungan pengambilan sampel sebagai berikut :

$$n = \frac{N \times d}{100}$$

Keterangan :

n = ukuran sampel
N = populasi
d = pengambilan sampel 10% - 25% atau lebih
Dengan perhitungan di atas maka :

$$n = \frac{446 \times 28\%}{100} = \frac{12.488}{100} = 124.88 \text{ atau } 125 \text{ orang}$$

Jadi dari anggota populasi yang diambil sebagai sampel adalah sebanyak 124.88 orang mahasiswa. Pada perhitungan yang menghasilkan pecahan (terdapat koma) sebaiknya dibulatkan keatas, hal ini lebih aman daripada kurang dibawahnya. Maka sampel yang digunakan berdasarkan populasi diatas yaitu 125 orang mahasiswa.

Berdasarkan data populasi diambil dari Mahasiswa Psikologi angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020, maka pengambilan sampel disajikan dalam tabel dibawah ini :

Tabel 2 Data perhitungan Setiap Angkatan

No	Angkatan	Perhitungan Setiap Angkatan	Hasil
1	2017	34/446 x 125	9 orang
2	2018	38/446 x 125	11 orang
3	2019	47/446 x 125	13 orang
4	2020	327/446 x 125	92 orang
Jumlah			125 orang

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi serangkaian pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2010). Kuesioner yang disusun oleh peneliti menggunakan teknik penyusunan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2010). Item–item dalam kuesioner ini dibuat berdasarkan variabel yang akan diuji peneliti, yaitu *Self-Control* dan Prokrastinasi Akademik. Skala pengukuran kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk model skala likert berdasarkan teori Prokrastinasi Akademik dari Tuckman (1990) dan *Self-Control* menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004), dengan menggunakan 4 alternatif pilihan jawaban, yaitu 1 sampai 4.

Pengujian Validitas ini merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau melalui *profesional judgement* (Azwar, 2012). Setelah pengujian dari para ahli, tahap selanjutnya adalah uji coba instrumen kepada sampel dari populasi (Sugiyono, 2010). Validitas instrumen penelitian adalah kemampuan instrumen penelitian untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas yang tinggi. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid memiliki validitas rendah. Langkah-langkah uji validitas instrumen penelitian adalah sebagai berikut (Sugiyono, 2010):

a. Menghitung harga korelasi setiap butir dengan rumus *Product Moment Pearson*:

$$r_{XY} = \frac{n\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2}}$$

Keterangan:
r_{XY} = koefisien korelasi tiap butir

$\sum X$ = jumlah skor tiap item
$\sum Y$ = jumlah skor total
n= jumlah responden

b. Menghitung harga t_{hitung} (Uji-T) dengan rumus:

$$t_{hitung} = r\ \frac{\sqrt{n-2}}{\sqrt{(1-r^2}}$$

Keterangan:

t_{hitung} = uji signifikansi korelasi

r = koefisien korelasi

n = jumlah responden

Hasil t_{hitung} kemudian dikonsultasikan dengan harga t_{tabel} dengan taraf signifikansi (α) = 0,05 serta derajat kebebasan (dk) = *n* – 2.

c. Membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel}. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka item tersebut valid.

Dari hasil uji validitas menggunakan Software SPSS 20.0 *for windows*, dengan jumlah sampel sebanyak 148 orang dan jumlah aitem 88. Pada aspek *healthy habits* terdapat 1 aitem yang tidak valid dan aspek *Self discipline* terdapat 1 aitem yang tidak valid. Keterangan valid dan tidak valid aitem diketahui apabila nilai r hitung diatas dari nilai r tabel. Nilai r tabel dari 148 responden tersebut adalah 0,159 (sig 0.5%). Jadi apabila nilai r hitung setiap aitem dibawah dari 0,159 maka dinyatakan tidak valid.

Reliabilitas instrumen penelitian berkenaan pada tingkat kepercayaan atau keterandalan instrumen untuk digunakan sebagai alat pengumpul data. Uji reliabilitas instrumen penelitian dilakukan dengan langkah sebagai berikut (Sugiyono, 2010):

a. Menghitung varians skor tiap-tiap item dengan rumus:

$$\sigma^2 = \frac{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N}}{N}$$

Keterangan:
α_i^2 = varians skor tiap item
$\sum X^2$ = jumlah kuadrat skor tiap item
n = jumlah responden

b. Menjumlahkan varians tiap item (α_i^2) menjadi jumlah varians tiap item ($\sum\alpha_i^2$).

c. Menghitung varians total dengan rumus:

$$\alpha_t{}^2 = \frac{\sum Y^2 - \frac{\sum Y^2}{N}}{N}$$

Keterangan:
α_t^2 = varians skor total
$\sum Y^2$ = jumlah kuadrat skor total
n = jumlah responden

d. Menghitung reliabilitas dengan rumus *Alpha*:

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1}\right]\left[1 - \frac{\sum\alpha_{i^2}}{\sum\alpha_{t^2}}\right]$$

Keterangan:
r_{11} = realibilitas instrumen
k = jumlah item

Hasil r_{11} kemudian dikonsultasikan dengan harga r_{tabel} dengan taraf signifikansi (α) = 0,05 serta derajat kebebasan (dk) = *n* – 2.

e. Membandingkan r_{11} dengan r_{tabel}. Jika $r_{11} > r_{tabel}$ maka item tersebut reliabel.

Parameter yang digunakan untuk menentukan tinggi rendahnya koefisien reliabilitas adalah :

Tabel 3 Parameter Koefisien Reliabilitas

Koefisien Reliabilitas	Interpretasi
0,91 – 1,00	Sangat tinggi
0,71 – 0,90	Tinggi
0,41 – 0,70	Sedang
0,21 – 0,40	Rendah
0,000 – 0,20	Sangat rendah

Sumber: (Arikunto, 2010)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden digambarkan berdasarkan jenis kelamin, usia, semester dan angkatan. Dalam penelitian ini penyebaran angket kuesioner dilakukan secara online melalui *google form* karena terkendala kebijakan dari pandemi wabah virus COVID-19 sehingga penyebaran angket kuesioner secara offline tidak dapat dilakukan.

Deskriptif Statistik

Data penelitian ini diperoleh dari hasil kuesioner yang terkumpul dari 125 responden. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan suatu data secara statistik. Statistik deskriptif dalam penelitian ini merujuk pada nilai rata-rata (*mean*) dan simpanan baku (*standar deviation*), nilai minimum dan maksimum serta dari seluruh variabel dalam penelitian ini yaitu *self-control* (X) dan prokrastinasi akademik (Y), sebagaimana ditunjukkan pada tabel 4 di bawah ini:

Tabel 4 Deskriptif Statistik

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self-control	125	123	184	155.42	10.756
Prokrastinasi Akademik	125	62	103	83.26	7.446

Self-control

Pada tabel 4 di atas dapat dibuktikan bahwa, variabel *Self-control* mempunyai N sebanyak 125, nilai *mean* sebesar 155.42 dengan standar deviasi sebesar 10.756. Nilai minimalnya sebesar 123 dan nilai maksimumnya sebesar 184. Dari perhitungan tersebut nilai *mean* atau rata-rata akan digunakan sebagai kriteria untuk mengidentifikasi tingkat *Self-control* yang dikategorikan menjadi dua dengan ketentuan yang diperoleh dari rumus (Azwar, 2012) sebagai berikut :

Tinggi = $X \geq M$
Rendah = $X < M$

Diketahui : M = 155,42 (155/dibulatkan)
Keterangan : M (Mean/rata-rata distribusi dalam populasi)
X (Skor total sampel)

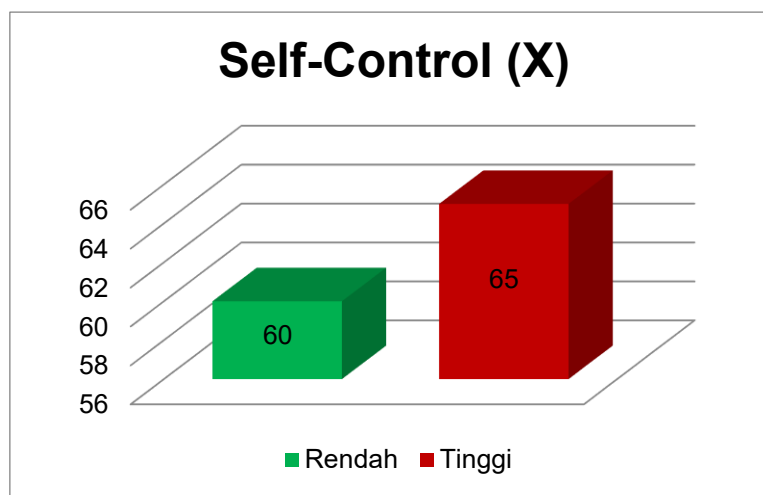
Dengan menggunakan ketentuan diatas, diketahui nilai *mean* sebesar 155 maka kriteria skor dari variabel *Self-control* dapat dibagi menjadi dua sebagai berikut :

Tinggi = $X \geq 155$
Rendah = $X < 155$

Berdasarkan hasil hitungan di atas maka variabel *Self-control* dapat dikategorikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 5 Kategori *Self-control*

No	Kategori	Jumlah Responden	Presentase	Interpretasi
1	Tinggi	65	52%	Mahasiswa psikologi yang mampu menyusun, membimbing, mengatur, mengarahkan atau menahan suatu respon yang dianggap negatif dan mengarahkannya pada respon yang lebih baik selama pandemi COVID 19.
2	Rendah	60	48%	Mahasiswa psikologi yang tidak mampu menyusun, membimbing, mengatur, mengarahkan atau menahan suatu respon yang dianggap negatif dan mengarahkannya pada respon yang lebih baik selama pandemi COVID 19.
	Jumlah	125	100%	

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 125 mahasiswa psikologi yang menjadi sampel, kecenderungan tingkat perilaku *Self-control* yang tinggi adalah 65 (52%), dan 60 (48%) rendah. Yang dapat dimuat pada gambar berikut:

Gambar Kategori *self-control*

Mengacu pada hasil tersebut, maka dapat diketahui mahasiswa psikologi di Universitas Muhamamdiyah Bandung memiliki kecenderungan perilaku *self-control* yang tinggi, artinya mahasiswa psikologi mampu menyusun, membimbing, mengatur, mengarahkan atau menahan suatu respon yang dianggap negatif dan mengarahkannya pada respon yang lebih baik selama pandemi COVID 19.

Prokrastinasi Akademik

Pada tabel 4.5 di atas dapat dibuktikan bahwa, variabel Prokrastinasi Akademik mempunyai N sebanyak 125, nilai *mean* sebesar 83.26 dengan standar deviasi sebesar 7.446. Nilai minimalnya sebesar 62 dan nilai maksimumnya sebesar 103. Dari perhitungan tersebut nilai *mean* atau rata-rata akan digunakan sebagai kriteria untuk mengidentifikasi tingkat Prokrastinasi Akademik yang dikategorikan menjadi dua dengan ketentuan yang diperoleh dari rumus (Azwar, 2012) sebagai berikut :

Tinggi = $X \geq M$
Rendah = $X < M$

Diketahui : M = 155,42 (155/dibulatkan)
Keterangan : M (Mean/rata-rata distribusi dalam populasi)
X (Skor total sampel)

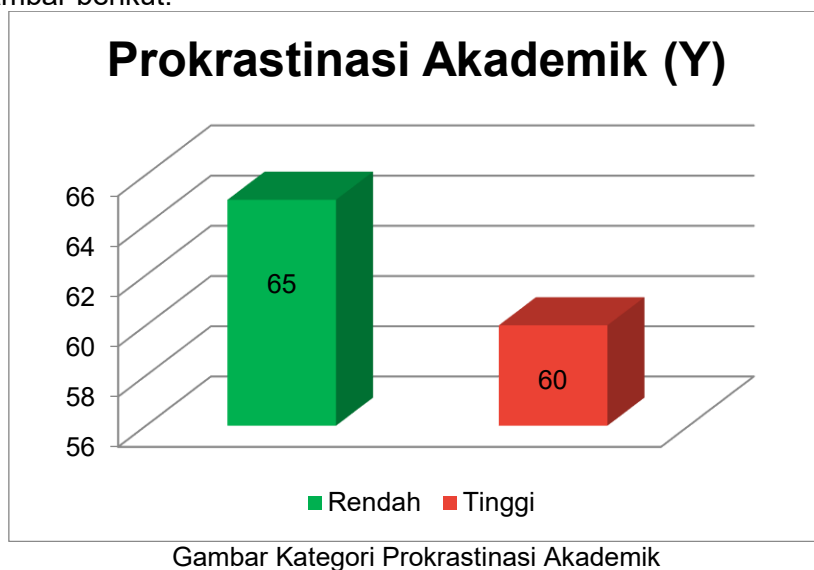
Dengan menggunakan ketentuan diatas, diketahui nilai *mean* sebesar 83 maka kriteria skor dari variabel Prokrastinasi Akademik dapat dibagi menjadi dua sebagai berikut :

Tinggi = $X \geq 83$
Rendah = $X < 83$

Berdasarkan hasil hitungan di atas maka variabel Prokrastinasi Akademik dapat dikategorikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 6 Kategori Pokrastinasi Akademik

No	Kategori	Jumlah Responden	Presentase	Interpretasi
1	Tinggi	60	48%	Mahasiswa psikologi yang memiliki kecenderungan meninggalkan, menunda atau menghindari menyelesaikan tugas akademik yang seharusnya diselesaikan selama pandemi COVID 19.
2	Rendah	65	52%	Mahasiswa psikologi yang tidak memiliki kecenderungan meninggalkan, menunda atau menghindari menyelesaikan tugas akademik yang seharusnya diselesaikan selama pandemi COVID 19.
Jumlah		125	100%	

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa dari 125 mahasiswa psikologi yang menjadi sampel, kecenderungan perilaku Prokrastinasi Akademik yang tinggi adalah 60 (48%), dan 65 (52%) rendah. Yang dapat dimuat pada gambar berikut:

Gambar Kategori Prokrastinasi Akademik

Mengacu pada hasil tersebut, maka dapat diketahui mahasiswa psikologi di Universitas Muhamamdiyah Bandung memiliki kecenderungan perilaku Prokrastinasi yang rendah, artinya mahasiswa psikologi tidak memiliki kecenderungan meninggalkan, menunda atau menghindari menyelesaikan tugas akademik yang seharusnya diselesaikan selama pandemi COVID 19.

***Self-Control* dan Prokrastinasi Akademik**

Pada tabel 5 kategori *self-control* dapat diketahui bahwa dari 125 mahasiswa psikologi yang menjadi sampel, memiliki kecenderungan perilaku *self-control* yang tinggi yaitu sebesar 65 (52%). Sedangkan pada tabel 6 kategori prokrastinasi akademik dapat diketahui bahwa mahasiswa psikologi yang menjadi sampel, memiliki kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik yang rendah yaitu sebesar 65 (52%). Yang dapat dimuat pada gambar berikut :

Gambar Kategori *Self-Control* dan Prokrastinasi Akademik

Mengacu pada hasil tersebut, maka dapat diketahui mahasiswa psikologi di Universitas Muhamamdiyah Bandung memiliki gambaran perilaku Prokrastinasi yang tinggi yaitu mahasiswa yang melakukan perilaku menunda-nunda tugas akademik sebanyak 60 orang (48%) yang ternyata didominasi oleh mahasiswa psikologi dengan *self-control* tinggi yaitu mahasiswa yang memiliki kemampuan *self control* yang baik sebesar 38 orang dan mahasiswa dengan *self-control* rendah sebanyak 22 orang. Kemudian dari 65 orang (52%) orang mahasiswa yang memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang rendah didapatkan data sebanyak 38 orang mahasiswa yang memiliki *self control* rendah dan 27 orang mahasiswa dengan *self control* tinggi.

Korelasi Pearson product moment antar variabel *Self-control* dan Prokrastinasi Akademik memiliki korelasi sebesar rxy = 0,294 dengan nilai signifikansi Asymp. Sig (2-tailed) sebesar p = 0,001. Nilai signifikansi Asymp. Sig (2-tailed) lebih kecil dari pada 0,05, artinya terdapat korelasi yang signifikan antara *Self-control* dengan Prokrastinasi Akademik. Dapat juga dilihat pada tabel 7 berikut ini :

Tabel 7 Uji Korelasi

Variabel	Pearson Correlation	Asym.Sig (2-tailed)	Taraf Sig. 5%	Interpretasi
Self-Control dan Prokrastinasi Akademik	.294	.001	0,05	Terdapat hubungan

Uji Determinasi

Besarnya pengaruh langsung menggambarkan kontribusi yang diberikan oleh variabel. Adapun hasil pengaruh variabel independen adalah sebagai berikut:

Tabel 8 Koefisien *Self-control*

Variabel	R	R^2
Self-control dan Prokrastinasi Akademik	.294	.086

Dari tabel 8 di atas, dapat dilihat bahwa angka korelasi sebesar 0.294. Hal ini berarti hubungan antar variabel independen dengan variabel dependen sebesar 29.4%. Dari angka tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dikategorikan lemah.

Besarnya R Square adalah 0,086. Hasil perhitungan statistik ini berarti bahwa kemampuan variabel independen dalam menerangkan variasinya perubahan variabel dependen sebesar 8-9%, sedangkan sisanya sebesar 92-91% diterangkan oleh faktor-faktor lain di luar *self-control*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan, sebagai berikut:

1. Diketahui sebanyak 47% dari jumlah mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Bandung yang menjadi responden penelitian memiliki tingkat *Self-Control* tinggi selama masa pembelajaran pandemi COVID 19. Artinya mahasiswa psikologi mampu menyusun, membimbing, mengatur, mengarahkan atau menahan suatu respon yang dianggap negatif dan mengarahkannya pada respon yang lebih baik selama pandemi COVID 19. Kemudian sebanyak 53% mahasiswa memiliki tingkat *Self-Control* yang rendah.
2. Diketahui tingkat Prokrastinasi Akademik selama pandemi COVID 19 pada mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Bandung berada pada rata-rata kategori tinggi sebanyak 52% dari jumlah keseluruhan responden, hal ini berarti mahasiswa psikologi yang memiliki kecenderungan meninggalkan, menunda atau menghindari menyelesaikan tugas akademik yang seharusnya diselesaikan selama pandemi COVID 19. Kemudian sebanyak 48% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah.
3. Diketahui berdasarkan hasil uji korelasi *Pearson's Product Moment* didapatkan nilai korelasi r -0,711 dan nilai signifikansi p 0,000 yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *Self-Control* dengan Prokrastinasi Akademik selama pandemi COVID 19 pada mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Bandung dengan kategori korelasi yang kuat. Hal ini memiliki arti bahwa ketika perilaku prokrastinasi akademik tinggi maka perilaku *Self-Control* cenderung rendah..

DAFTAR PUSTAKA

Agus, R. (2019). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika.

Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur,* 1(2), 65–71.

Amelia, M., Arief, Y., & Hidayat, A. (2019). Hubungan Antara Kedisiplinan Melaksanakan Shalat Wajib Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. 13(01). 44–54.AN-NAFS,.

Arikunto, S. (2010). *Manajemen Penelitian* (11 ed). Rineka Cipta.

Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (2 ed). Pustaka Pelajar.

Brian, S. J. (2016). Hubungan antara Self-Control dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XI Jurusan Teknik Pemesinan SMK YP Delanggu.

Burhani, I. I., & Kumaidi, M. A. (2016). Pemaknaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester akhir di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Handoyo, A. W., & Prabowo, A. S. (2020). Prokrastinasi akademik mahasiswa selama pembelajaran daring. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan* FKIP, 3(1), 355–361.

Hasanah, A. N. (2017). Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Kontrol Diri Dengan Prokrastinasi Dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa. *Psikoborneo*, 5(3), 388–396

Herawati, M., & Suyahya, I. (2019). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Peserta Didik SMK Islam Ruhama. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan*. KALUNI.

Hidayat, A. A. A. (2008*). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). Surat edaran mendikbud: pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran covid19. https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/semendikbud-pelaksanaan- kebijakan-pendidikan-dalam-masa-daruratpenyebaran-covid19

Ghufron, M. N., & Risnawati, R. (2017). Teori-teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Masyita, A. R. (2016). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Pemain Dota 2 Malang Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Nurlatifah, R. C. (2018). Pengaruh Self Control, Asertivitas Dan Hardiness Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

Riduwan. (2018). *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian* (12 ed.). Bandung: Alfabeta.

Riduwan & Akdon. (2020). *Rumus dan Data dalam Analisis Statistika* (7 ed.). Bandung: Alfabeta.

Saman, A. 2017. Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta